



家庭教育 常见问题解答

陈武民【著】

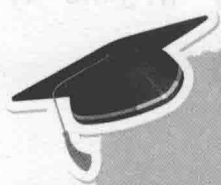
每个家庭的孩子不同，教育方法不同，出现的问题也有很大的不同。

正是由于这么多的不同，才促使家长用心去学习对待孩子的方法，

用最科学的方法解决孩子的问题，让孩子的问题不再是问题。



中国财富出版社
CHINA FORTUNE PRESS



家庭教育

常见问题解答

中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭教育常见问题解答 / 陈武民著. —北京: 中国财富出版社, 2017. 7
ISBN 978 - 7 - 5047 - 6551 - 2

I. ①家… II. ①陈… III. ①家庭教育—问题解答 IV. ①G78 - 44

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 176694 号

策划编辑 单元花 责任编辑 单元花
责任印制 方朋远 责任校对 杨小静 胡世勋 张营营 责任发行 董倩

出版发行 中国财富出版社

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070
电 话 010 - 52227588 转 2048/2028 (发行部) 010 - 52227588 转 307 (总编室)
010 - 68589540 (读者服务部) 010 - 52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978 - 7 - 5047 - 6551 - 2/G · 0692

开 本 710mm × 1000mm 1/16 版 次 2017 年 9 月第 1 版

印 张 12.5 印 次 2017 年 9 月第 1 次印刷

字 数 166 千字 定 价 38.00 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

C目录

CONTENTS

1. 生孩子剖宫产好还是自然分娩好？	1
2. 如何做到合理断奶？	2
3. 幼儿咬手指甲怎么办？	5
4. 如何看待幼儿看动画片这件事？	7
5. 什么是孩子的专注力？	9
6. 如何训练提升孩子的专注力？	11
7. 睡觉前如何给孩子讲故事？	14
8. 让孩子听你的，还是你听孩子的？	18
9. 家长能把“哭”的权利还给孩子吗？	21
10. 为什么“允许孩子哭”比“哄孩子笑”更重要？	23
11. 当孩子犯错误时，我们家长该怎么办？	26



12. 父母知道如何对孩子说“不”吗？	30
13. 家长能把孩子的节奏还给孩子吗？	32
14. 如果你的孩子缺乏安全感怎么办？	34
15. 如何让饭桌不再是战场，孩子享受用餐时间？	37
16. 孩子不接受批评怎么办？	40
17. 为什么不要打2~6岁的孩子？	42
18. 为什么管不住孩子，打骂都无济于事？	44
19. 提升孩子自控能力有哪些诀窍？	47
20. 为什么孩子会“拖沓”与“任性”？	48
21. 家长必须具备的成长思维是什么？	51
22. 你能尊重孩子的局限吗？	52
23. 是孩子有了问题，还是父母有了问题？	54
24. 努力成为好家长的我们，到底做错了什么？	57
25. 操心的中国式家长到底换来了什么？	59
26. 什么才是真正高明的家长？	61
27. 孩子眼中父母的“幼稚”言论，你中招没？	63
28. 你是在“和”孩子说话，还是“对”孩子说话？	66
29. 对孩子的问题家长有哪些不同的回应方法？	69
30. 什么样的家庭才能培养胸怀博大的孩子呢？	72



31. 教育孩子你为什么没有“耐心”？	74
32. 你对孩子使用“单纯表扬”，还是“客观鼓励”？	78
33. 教育孩子最忌讳的事是什么？	81
34. 教育孩子的最优方式是什么？	86
35. 做父母的敢于让孩子适当吃苦、受气吗？	88
36. 孩子“太懂事”了怎么办？	91
37. 同一件事情，中国家长和外国家长有什么不同反应？	94
38. 你是否用你的“焦虑”绑架孩子？	95
39. 穷养儿富养女，你会养吗？	97
40. 你会看不起自己的孩子吗？	99
41. “隔代抚养”隔开了什么？	101
42. 不陪孩子，你赚那么多钱有什么用？	103
43. 天才教育与愚昧教育的区别是什么？	106
44. 读书的真正意义是什么？	109
45. 孩子不愿意看书，怎么办？	111
46. 犹太人的教育给了我们什么启示？	113
47. 家中藏书量，到底能给孩子带来多大教育优势？	115
48. 陪孩子读书，父母能收获什么？	116
49. 如何给孩子制订计划，孩子学习才不会手忙脚乱？	118



50. 新学期开始, 跟老师谈什么?	122
51. 作为家长, 如何与老师打交道?	124
52. 初中生恋家, 独立性差怎么办?	126
53. 如何让孩子开口说学校的事情?	128
54. 如何引导孩子爱上学习?	131
55. 当孩子说成绩考砸了, 你怎么办?	133
56. 教育孩子除了成绩还要关注什么?	136
57. 他全班倒数第一却得了诺贝尔奖, 为什么?	139
58. 孩子不爱学习, 为什么家长说什么孩子都不听?	141
59. 家长如何平衡学习与游戏的关系?	143
60. 该不该送孩子去补习班?	145
61. 如何协助孩子做家庭作业?	147
62. 上初中的孩子厌学怎么办?	148
63. 如何预防孩子在放假期间养成坏习惯?	150
64. 上学的孩子吵着要买手机怎么办?	152
65. 青春期孩子的四大需求, 父母明白吗?	154
66. 如何培养孩子勇敢自信的特质?	157
67. 当孩子说“别人家好有钱”, 你怎么说?	159
68. 你都在混, 孩子凭什么努力?	160



69. 想让孩子赢，输得起吗？	162
70. 如何理解先有夫妻关系后有亲子关系？	164
71. 如何经营夫妻关系，提升幸福指数？	165
72. 夫妻有三等，你们属于哪一等？	167
73. 如何处理好婆媳关系？	168
74. 什么样的女人嫁给谁都幸福？	171
75. 如何在孩子面前优雅地秀恩爱？	174
76. 什么样的妈妈男孩最需要？	176
77. 什么样的爸爸女孩最需要？	179
78. 父母的矛盾，如何能不伤到孩子？	181
79. 男人的三大心理需求是什么？	184
80. 女人的三大心理需求是什么？	187



1. 生孩子剖宫产好还是自然分娩好？

3岁前，宝宝安全感的建立来自三个方面：一是自然分娩；二是母乳喂养最好到1岁；三是父母的全心陪伴，尤其是母亲。很多家长对第一个方面首先产生困惑，问我：“陈老师，那你说说究竟是剖宫产好还是自然分娩好呢？”

事实上，在经济利益的催逼下，很多医院大部分建议产妇剖宫产。也有很多年轻妈妈主动要求采取剖宫产的方法分娩胎儿，她们认为剖宫产快速、安全、无分娩痛苦，而且，新生儿不经产道挤压，不会遭遇难产危险，有利于以后婴儿的智力发育和健康，因此片面地认为剖宫产比自然分娩好。但是在顺应人性和自然的条件下，我建议采用顺产方式。虽然我不是医生，只是一个当了爸爸的人。但我认为，人类和动物一样，母亲是带着分娩功能的。除非有了手术指征，才应该选择剖宫产，否则我认为还是顺产好。自然分娩是符合人类发展规律的，而剖宫产是一种手术，也就是人为的干预。起初剖宫产是用来解决难产的，而今的剖宫产变成了一种年轻人为了避免痛苦而选择的分娩方式。经过调查，50%的年轻人因不能忍受宫缩疼痛而要求剖宫产。

从阴道娩出婴儿是人类的自然本能，也是分娩最可靠的方式。尽管确实有一部分孕妇有难产的现象，但大多数孕妇都可顺利地通过阴道分娩出胎儿，难产的很少。从分娩的过程来看，阴道自然分娩还有如下一些好



处：①胎儿由子宫内依赖母体生活，到出生后的独立生活，是一个巨大的转变，这一转变必须有一个适应的过程。胎儿经阴道自然分娩，子宫有节奏地使胎儿胸部受到压缩和扩张，使出生后婴儿的肺泡富有弹性，容易扩张。当胎儿经过阴道时，胸部受压，离开母亲后，胸腔突然扩大，有利于胎儿出生后的呼吸建立。②阴道分娩时，胎儿头虽然受到阴道挤压可能会被拉长变形，但这种变形是一种适应性变化，在其出生后1~2天即可恢复，不会损伤大脑，也不会影响胎儿的智力。③临床证实，阴道分娩产妇感染、大出血等并发症较少，产后体力恢复很快。剖宫产虽然安全、快速，但它只对难产有作用，绝非分娩的捷径。同时临床数据表明，剖宫产有以下缺点：①分娩时胎儿未经阴道挤压，不利于新生儿呼吸的建立，肺部发生病变的可能性略大。②剖宫产使产妇经历了一次较大的手术，失血比阴道分娩多，产后恢复较慢。③手术造成的创伤和出血，使产妇身体虚弱，发生感染的机会较多。④手术过程有可能损伤腹腔等其他器官，造成日后的继发性肠粘连。⑤产妇子宫在术后留有很大瘢痕，如果再次怀孕，有发生子宫破裂的危险。

当然，无论哪种生产，我认为选择对母亲和孩子最小的伤害才是好的。医疗发达的今天，无论哪种分娩方式，都可以拥有健康聪明的宝宝。

2. 如何做到合理断奶？

随着生活水平的提高和经济的快速发展，社会上对于采用什么方式喂



养孩子出现了两种截然不同的声音：一种提倡母乳喂养；另一种认为奶粉或混合喂养更有营养；对此，讨论孩子如何断奶也是有一定必要性的。

在我看来，孩子断母乳的时间因妈妈的工作、身体状况及孩子自身的差异等因素各不相同，但多数孩子在1~1.5岁就断奶。给宝宝断奶是妈妈们颇感棘手的一件事。宝宝常常吵闹不休，为此，不少妈妈只好心绪不宁而又无可奈何地与孩子分隔数日，短时间内强制性给宝宝断母乳。这使得妈妈和孩子都很难受。其实母乳不应这样匆忙地断掉，与孩子分开更不明智。因为1~1.5岁的孩子对与母亲分开非常敏感，他们非常需要一种安全感，而且吸吮需求很强烈，尤其在就寝时间更为明显。如果把他同母亲分开，他会感觉特别伤心，还会产生疑虑、恐惧等心理。

所以，科学合理地给孩子断奶要遵循自然断奶的法则。给宝宝断母乳，应该逐渐进行，让宝宝有几个月的适应期和过渡期，直到最后完全断掉。在计划给孩子断母乳或停用奶瓶的前几个月，就应开始经常试用杯子喂给他母乳或牛奶等液状食物，同时逐渐减少哺乳量。如果孩子没能一次喝光杯中的牛奶，也不必太担心，因为奶是一种营养全面的食物，孩子的吃奶量一般都能够满足营养需要。有的母亲担心断母乳会引起孩子吃奶量减少，因此不忍心减少孩子的哺乳量，仍旧一月接一月地喂奶，直到某一天，感到孩子大了或工作需要必须断奶了，就突然不给孩子哺乳了，这种一贯地迁就，却又一下子强制性断母乳的做法，是不足取的。

自然断奶时，尽量规律性喂奶，比如，刚开始一个小时喂一次，慢慢一天喂一次。无论怎么断奶，前提是不要跟孩子分开。宝宝赖以生存的乳汁不让吸了，如果再看不到妈妈，对于幼小孩子的内心是非常大的伤害。

准备给宝宝断奶时，要先把他们带到保健医生那里，做一次全面体格检查。只有当宝宝身体状况良好，消化能力正常时才可以考虑断奶。如果



恰逢生病、出牙，或是换保姆、搬家、旅行及妈妈要去上班等事情发生，最好先不要断奶，否则会增大宝宝断奶的难度。

吃惯母乳的宝宝不仅把母乳当作充饥的食品，还会对母乳有一种特殊的感情，因为母乳带给宝宝的不仅仅是营养物质，还有妈妈带给他的信赖感和安全感。因此，断奶千万不可采用仓促、生硬的方法，如让宝宝突然和妈妈分开，或是一下子就断掉奶，或在妈妈的乳头上涂抹苦、辣等物质来带给宝宝不愉快的体验等。这些做法只会使宝宝的情绪陷入一团糟，他们会因为缺乏安全感而大哭大闹、不愿进食，甚至脾胃功能发生紊乱，导致宝宝食欲差、夜卧不安，从而影响生长发育，造成宝宝免疫力下降。

在断奶的过程中，妈妈既要让宝宝逐步适应饮食的改变，又要态度果断坚决，不可因宝宝一时哭闹，就下不了决心，从而拖延断奶时间。也不可突然断一次，让他吃几天，再突然断一次，反反复复带给宝宝不良的情绪刺激。这种做法会对宝宝的心理健康带来危害，容易造成宝宝情绪不稳，夜惊、拒食。

在断奶期间，妈妈要对宝宝格外关心和照料，并多花一些时间来陪伴他们，抚慰宝宝的不安情绪，切忌为了快速断奶躲出去，将宝宝交给别人喂养。

在准备断奶时，要充分发挥爸爸的作用，提前减少宝宝对妈妈的依赖。断奶前，妈妈可以有意识地减少与宝宝相处的时间，增加爸爸照料宝宝的时间，给宝宝一个心理上的适应过程。还可以把母乳挤出来，让爸爸用奶瓶喂，帮助宝宝一点点地适应。



成功断奶小贴士

1. 每天安排早、中、晚3次正餐，在两次正餐之间加2次辅餐，



睡前增加1次晚点心。辅餐可提供含糖量低的饼干、蛋糕、酸奶和水果，每次宜少给，不够再加，以免影响宝宝吃正餐的食欲。

2. 宝宝刚刚断奶时，可能出现食欲下降的现象。此时不要强迫宝宝吃东西，尤其是他们不喜欢吃的食品。只要宝宝每天都能吃一点，他就会慢慢适应并接受这种食品。



贴心提醒

宝宝断奶，可能会引起妈妈体内的荷尔蒙发生变化，出现一些负面情绪，如沮丧、易怒等，同时伴有乳房胀痛、滴奶等烦恼。建议热敷并将奶水挤出，以防引发乳腺炎。如果妈妈情绪波动较大，建议咨询专业医生。

3. 幼儿咬手指甲怎么办？

在我的课上，很多妈妈们提出，孩子经常咬手指甲，咬得都不需要剪指甲。这是怎么回事？我遇到过很多这样的孩子，或者到小学三四年级了还会这样。许多家长说，面对孩子咬手指头，会采取各种措施，比如呵斥、恐吓、借用工具阻止，或者惩罚、奖励。孩子可能会有暂时的停止，但也只是暂时而已。越是设法制止，咬指甲可能会越频繁。

我读过一些心理学方面的书籍，也请教过一些专业的儿童医生，他们一致认为，咬手指甲是孩子进行自我保护的行为。咬手指甲的行为，只是



孩子内在焦虑的一种表现方式。当一个孩子内在有焦虑情绪，又没有学会用合理方式释放焦虑，焦虑的能量就会聚集在孩子体内，不利于孩子身心发展。孩子天生具有保护自己的本能，因此他们可能会选择无意识地咬手指甲。这是一种自我保护行为，通过咬的动作，把焦虑产生的负能量从身体里释放出来。

孩子本身对咬的行为是无法自控的，并不是他不明白这样做不好，也不是这样做一点都不痛，而是他这么做的时候，释放了焦虑，获得的释放远远超过疼痛。

因此，所有“阻止行为”的做法都是治标不治本。长远看来，不但无益反而有害。如果只是在表面上制止了孩子的这个行为，那孩子的焦虑该如何消除呢？

父母需要把孩子咬手指甲的行为当成一个很好的提醒信号，它在提醒我们：我的孩子或许有一些焦虑情绪，是我所不知道的，或者忽略的。现在是在时候让我去关注孩子的情绪状态了。

焦虑产生的原因有许多：是不是平时孩子很顺从所以把一些不情愿的情绪都掩盖起来？是不是父母的要求很严格或很细致以致孩子没办法表达他的不同意见？是不是孩子很怕父母生气所以选择隐忍……

要知道一个会用咬手指甲来释放焦虑的孩子通常是比较善良、比较宽容、比较坚忍的。他不会轻易就大呼小叫，不会轻易动手伤害他人（除非是他只要一叫就被严格制止），但他又是个内心敏感的孩子，所以他内在承受的情绪压力就会比其他孩子更多。

所以，面对咬手指甲的孩子，父母首先不要惊慌，不要试图去控制和阻止孩子，尤其不能用粗暴的方式对待孩子，比如打孩子的手、扎孩子的手，给孩子手上抹辣椒水等。这样会加重孩子的咬手指甲行为。其次，父



母不要过分在意孩子咬手指甲这件事，你越关注，他越在意，反而会加重咬手指甲这一行为。

如果孩子较小，父母要转移其注意力。当他想把手放进嘴里的时候，父母及时给孩子手里放一个玩具或者食物，分散他的注意力。平时父母要尽可能多地陪伴孩子，让孩子的小手不闲着。比如，妈妈可以握着宝宝的手，跟他玩大手比小手、手影游戏等，只要他感到快乐和充实，就不会有心思去想着咬手指甲。如果孩子较大，则需要父母给予他更多的信任和空间。孩子在成长，会有自己的想法、自己的决定，不一定完美，却是他成长过程中必须经历的自主过程。允许孩子和自己不同，有自己的喜好，有孩子都会有的小毛病、小淘气、小冒险。

另外，父母需要帮助孩子学习表达自己和释放情绪压力。首先，父母需要允许和倾听孩子与自己不同的意见，尊重和支持孩子对自己的选择。其次，父母需要学习管理和处理自己的情绪，示范和鼓励孩子用合适的方式来释放情绪（比如语言表达、跺脚等）。最后，父母允许孩子按照自己的想法找到情绪释放的途径，孩子咬手指甲的问题会慢慢消失。

4.

如何看待幼儿看动画片这件事？

“孩子太爱看动画片”成为现下诸多父母都觉得是个难题的事情。

有一位家长跟我说，她家的孩子看动画片成瘾，没错，这位家长用的就是“成瘾”两个字。她向我描述，孩子醒来第一件事就是找遥控器，打



开“熊出没”“喜羊羊”能看半天，连眼睛都不带眨。父母有时候跟他说话，喊两声才答应。

我相信这绝对不是个例，孩子爱看动画片已经成为一种常态。只是，有的成瘾，有的还没成瘾而已。

那我们究竟该如何正确看待孩子看动画片这件事呢？

观看动画片可以使孩子开阔眼界、增长见识，并促进了感知能力的发展，其积极作用是毋庸置疑的。幼儿时期有80%的信息是通过视听途径获得的。动画片所提供的视听信息不仅有利于孩子获得多种信息，促进他们的语言发展，还可以丰富他们的生活，使孩子获得许多间接经验。然而许多幼儿痴迷于动画片，有时甚至可以为看动画片而放弃其他一切活动。让我们不得不正视动画片给孩子带来的负面影响，它能使孩子形成被动的习惯，产生现实和虚构的混同，缺乏参与感、认同感，妨碍孩子想象力的发展，不利于孩子的个性社会化。动画片中的暴力内容也可能强化孩子的攻击性行为，有的动画片则可能误导孩子的消费观和饮食习惯，长时间看动画片更会影响视力。这种伤害既是隐性的也是显性的，既是短期的也是长期的，家长不容小觑。

面对现在的电子产品泛滥化，家长能做的不是禁止，而是正确引导。

儿童爱看动画片，这是很自然、很正常的事情。作为家长应该理解孩子们的喜好。在动画世界里，孩子们实现了在现实生活中不能实现的梦想，弥补了现实生活的缺憾。

从积极的效果看，孩子观看动画片至少具有以下几方面的作用：

- (1) 动画片可以满足孩子娱乐的愿望。
- (2) 动画片可以充当孩子暂时的伙伴。
- (3) 动画片可以为孩子提供有关社会和自我等方面的知识。



(4) 动画片可以帮助孩子培养自控能力和勇敢精神，养成良好的合作、共享和助人等行为习惯。

当然，也有一些动画片中含有暴力和色情等内容，孩子观看这类动画片后可能会产生不良后果，比如产生攻击行为。

家长们还是应该采取措施帮助孩子免受或少受含有暴力内容的动画片的影响，尽量限制孩子观看含有暴力内容的动画片，同时家长应该与孩子一起观看动画片。让孩子成为主动的认知建构者，勿让孩子只作为消极被动的欣赏浏览者。父母应随机引导孩子谈论、比较、评价动画片中的人物、情节，让孩子讲述其中优美的文学语言，真正体悟其精神实质。父母要筛选动画片，给孩子提供健康、积极的动画片。幼儿期是感觉发育的快速期，这时孩子柔嫩的器官对有害的视觉、听觉刺激敏感性比较高，所以应尽量避免孩子长时间或近距离看电视，同时电视的音量也不要过大。

5. 什么是孩子的专注力？

所谓专注力，就是我们常说的注意力，对孩子来说，是指他们能把视觉、听觉、触觉等感官集中在某一事物上，达到认识该事物的目的。专注力是一切学习的基础，是孩子最基本的适应环境的能力。

人的注意力，受多方面因素的影响，注意力不集中，常常是许多学习成绩不好的学生的共同特点。保持良好的注意力，是大脑进行感知、记忆、思维等认识活动的基本条件。在我们的学习过程中，注意力是打开我